ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA
COM PRÉ-ESCOLAR E CRECHE PROFESSOR DR.
FRANCISCO DE FREITAS BRANCO
PORTO SANTO

Região Autónoma da Madeira
Secretaria Regional de Educação

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - EDUCAÇÃO FÍSICA – 3.º CICLO (7º, 8º e 9º anos)

Domínio		SUBÁREAS*	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES do PERFIL dos ALUNOS	INSTRUMENTOS AVALIAÇÃO	%
Saber Fazer	**Atividades Físicas Desportivas**	**Jogos Desportivos Coletivos; Ginástica; Atletismo; Patinagem; Atividades Rítmicas Expressivas; Outras (Jogos de Raquetas, Luta, Orientação e Natação)**	-Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. -Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. -Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;	**Conhecedor/Sabedor/ Culto/ Informado (A,B,G,I,J)** **Criativo /Expressivo (A,C,D,J)** **Crítico/Analítico (A,B,C,D,G)** **Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A,B,C,D,F,H,I,J)** **Respeitador da diferença (A,B,E,F,H)** **Questionador e Comunicador (A,B,D,E,F,G,H,I,J)** **Autoavaliador/ Heteroavaliador** **Participativo/ Colaborador/Cooperante**	Grelhas de observação de cada unidade didática Grelhas de registo contínuo da prática da atividade física Questionários orais Classificação obtida por tabela de referência do FitEscola e pelo desenvolvimento da aptidão física. Testes Teórico-Práticos Fichas de Trabalho Questionários Escritos/Orais Trabalhos de pesquisa Individual/Grupo Registos de Observação de aula Relatórios Testes Escritos Fichas de Autoavaliação Observação direta	**65%**
	Aptidão Física	**Qualidades Físicas condicionais e coordenativas**	Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados) e das destrezas geral e direcionada.			**15%**
Saber	**Conhecimentos**	**Conteúdos técnico-táticos** **Ações táticas nas modalidades individuais e Coletivas** **Regulamentos**	-Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da Cultura Física. -Adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos; -Selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. -Analisar situações, identificando os seus elementos ou dados; -Realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; -Estabelecer relações intra e interdisciplinares; -Utilizar conhecimento, para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados			**10%**
Saber Estar	**Atitudes | Valores**	**Empenho** **Postura na sala de aula** **Responsabilidade**	-Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; -Cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; -Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; -Respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; -Apresentar iniciativas e propostas; -Ser autónomo na realização das tarefas; -Cooperar na preparação e organização dos materiais.	**Responsável/ Autónomo (B,C,D,E,F,G,I,J)** **Cuidador de si e do outro (B,E,F,G)**	Autoavaliação Grelhas de registo contínuo da prática da atividade física em função do comportamento/saber estar do aluno	**10%**

*As subáreas serão abordadas mediante os espaços desportivos disponíveis e o material existente.

Ano Letivo 2026|2027

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - EDUCAÇÃO FÍSICA – 3.º CICLO (7º, 8º e 9º anos)

CONDIÇÕES ALTERNATIVAS DE AVALIAÇÃO – Atestado Médico

Domínio		SUBÁREAS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES do PERFIL dos ALUNOS	INSTRUMENTOS AVALIAÇÃO	%
Saber	Conhecimentos	**Conteúdos técnico-táticos** **Ações táticas nas modalidades individuais e Coletivas** **Regulamentos**	-Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da Cultura Física. -Adquirir conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos; -Selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. -Analisar situações, identificando os seus elementos ou dados; -Realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos; -Estabelecer relações intra e interdisciplinares; -Utilizar conhecimento, para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados	**Conhecedor/Sabedor/Culto/Informado (A,B,G,I,J)** **Criativo/Expressivo (A,C,D,J)** **Crítico/Analítico (A,B,C,D,G)** **Indagador/ Investigador/ Sistematizador/Organizador (A,B,C,D,F,H,I,j)** **Respeitador da diferença (A,B,E,F,H)** **Questionador e Comunicador (A,B,D,E,F,G,H,I,J)** **Autoavaliador/ Heteroavaliador** **Participativo/Colaborador/Cooperante/ Responsável/Autónomo (B,C,D,E,F,G,I,J)** **Cuidador de si e do outro (B,E,F,G)**	Fichas de Trabalho; Questionários Escritos/Orais; Trabalhos de Pesquisa; Relatórios; Testes Escritos; Fichas de Autoavaliação; Observação direta Autoavaliação Grelhas de registo	**90%**
Saber Estar	Atitudes e Valores	**Empenho** **Postura na sala de aula** **Responsabilidade**	-Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; -Cooperar, promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; -Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor; -Respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança; -Apresentar iniciativas e propostas; -Ser autónomo na realização das tarefas; -Cooperar na preparação e organização dos materiais.			**10%**

Nota: O aluno deverá entregar atestado médico, identificando o motivo pelo qual o aluno não pode realizar aulas práticas, bem como a área específica da Educação Física que o impede.